Nr 4. KWIECIEŃ 1938 Rok II.



Grunt i Działka

illustrowany miesięcznik
Okręgowego Związku Towarzystw Ogródków Działkowych, Przydomowych i Osiedli woj. Krakowskiego

Redaktor: inż. HELENA PERECKA

Wydawca: Okręgowy Związek Towarzystw Ogrodów Działkowych, Przydomowych i Osiedli woj. Krakowskiego w Krakowie, Ratusz.

Treść:

Adres Redakcji i Administracji: **Grunt i Działka, Kraków, Ratusz.**
Nr telefonu 153-20/132. Konto P.K.O. Nr 400.556.

Uprawa pomidorów.

Uprawa pomidorów staje się coraz bardziej powszechną. Ma to swoje uzasadnienie w wielkiej wartości pomidorów jako owoców, które nadają się dla wszystkich, bez względu na wiek i warunki finansowe konsumenta. Są też one powszechnie spożywane w najrozmaitszej postaci. Jeżeli poza tym uwzględnimy dużą zawartość i rozmaitość witamin w owocach, przekonamy się, że ogromne rozpowszechnienie się pomidorów w uprawie ma swoje uzasadnienie.

Celem zorientowania się w wartości odżywczej pomidorów przytoczę ich analizy chemiczne:

Według Buchnera w pomidorach znajduje się 1.25% białka, 0·25% tłuszczu, 4% węglowodanów, 1.25% włóknika, 0.5% soli mineralnych 92.75% wody.

Według praktycznej analizy Beckera skład owoców pomidorów przedstawia się następująco:

Skórki owocowej nie suszonej.			3·7%	
Nasion			10·9%	
Miąższu owocowego:	w wodzie rozpuszczaln.	Wody	81·39%	85·4
		Materiałów, które redukuje odczyn Felinga	1·618%	
		Z tego lewulozy 1.444%		
		Kwasu cytrynow.	0·434%	
		Albuminoidów	0.075%	
		Azot jako album.	0·012%	
		„ „ amidy	0·019%	
		„ „ amid.	0·039%	
		Razem azotu	0·070%	
		Materiałów miner.	0·294%	
	w wodzie nierozpuszczaln.	Albuminoidów	0·226%	
		Azotu	0·036%	
		Barwików	0·191%	
		Błonnika	0·311%	
		Materiałów miner.	0·072%	
		Razem	100%	

Pomidory posiadają 24 jednostki ciepła (kalorie) t. j. dwa razy więcej niż ogórki. Dla porównania przytoczymy wartości cieplne innych warzyw. I tak szparagi posiadają 23, kapusta włoska 40, szpinak 31, biała fasola 311 kalorii.

Nasiona pomidorów zawierają dużo oleju, który używają w Ameryce przy fabrykacji konserw.

Pomidory zawierają znaczne ilości witaminów, a przede wszystkim witaminu C, którego brak w pożywieniu wywołuje u ludzi chorobę zwaną szkorbutem, dorównywując w jego zawartości pomarańczom i cytrynom. W skórce pomidorów znajduje się więcej witaminu niż w miąższu, a zawartość jego zmniejsza się przy przechowaniu i gotowaniu w naczyniach otwartych przez czas dłuższy, choć u pomidorów występuje to w mniejszym stopniu niż u innych owoców.

Pomidory bywają spożywane w najrozmaitszej postaci: surowe — sałaty i jadalne na surowo słodkie — nowość; kiszone — jak ogórki, gotowane — zupy, jako konserwy, konfitury i t. p.

Zapotrzebowanie na pomidory jest też odpowiednio do zastosowania duże.

Uprawa pomidorów stara się sprostać zapotrzebowaniu; pojedyńczy właściciele warzywników uprawiają też częstokroć po kilka morgów tego owocu.

I na działkach uprawa pomidorów staje się powszechna. Każdy prawie działkowiec sadzi przynajmniej kilka roślin, by starczyło chociaż na własne potrzeby.

Wymagania pomidorów pod względem klimatycznym są bardzo duże. Mniejsze znaczenie ma tu nawożenie i uprawa, a wiele większe wystawa i wszystko to, co tworzy warunki klimatyczne w rozwoju i uprawie

pomidorów, a więc czynniki atmosferyczne.

Jako przeciętną przy dobrej i starannej uprawie możemy przyjąć 3 kg owoców na jedną roślinę.

Ze względu na duże wymagania klimatyczne pomidorów przeznaczamy pod nie przestrzenie najcieplejsze: południowe stoki, miejsca osłonięte zabudowaniami, parkanami i t. p.

Ziemia powinna być ciepła ale dostatecznie wilgotna, o dużej zawartości wapna, lekka, bo na ciężkiej pomidory zbyt późno dojrzewają i cierpią od zarazy ziemniaczanej.

Ziemię należy obficie nawozić; można ją dodatkowo zasilać przy pomocy kompostu a przede wszystkim uzupełniać nawozami sztucznymi w postaci znacznych dawek potasu. Pomidory są bowiem roślinami wymagającymi znacznych dawek potasu; na azot są mniej czułe, a jeszcze mniej na fosfor, którego dostateczne ilości zawsze potrafią z ziemi wydobyć. Brak potasu wpływa ujemnie nie tylko na ilość ale i na jakość owoców oraz na ich okres wegetycji u pomidorów, powodując zasychanie przedwczesne roślin, słabo rosnących od samego początku oraz charakterystyczny dla braku potasu w glebie wygląd.

Pomidory wysiewa się z początkiem marca do ciepłego inspektu i prowadzi się je w temperaturze około 20° C. Inspekt powinien być napełniony ziemią po okno, aby wschodzące pomidory nie wyciągały się. W miarę wzrostu pomidorów podnosi się skrzynię inspektową tak, aby ich wierzchołki znajdowały się w pobliżu okna. Po kilku tygodniach roślinki rozpikowuje się w odległości co 10 cm do innego okna i tak pozostają aż do pory wysadzenia do gruntu. Pomidory sadzić należy po liścienie, gdyż wypuszczają one z wielką łatwością korzenie przybyszowe. Pomidory wczesne zamiast pikować do inspektu sadzi się do litrowych doniczek i ustawia w skrzyni inspektowej.

W drugiej połowie maja wysadza się pomidory do gruntu, przy czym pomidory doniczkowe nie cierpią zupełnie z powodu przesadzenia.

Jest kilka sposobów prowadzenia pomidorów. Tu opiszemy jeden najprostszy a najodpowiedniejszy a najodpowiedniejszy dla warunków ogrodnictwa działkowego.

Ziemię żyzną wzmacniamy dodatkowo dawkami soli potasowej w ilości około 3 kg. 30% soli potasowej na 100 m². Na ziemi tak przygotowanej wbijamy paliki o 1½ m długości w odległości linia od linii co 60 cm. Przy każdym paliku sadzimy po jednej roślinie i prowadzimy ją na jeden pęd, to znaczy wierzchołek przywiązujemy do palika a obcinamy wszystkie pojawiające się pędy boczne. Im częściej przeprowadza się obcinanie tak, by rośliny nie wysilały się na pędy boczne, tym lepiej. Czynność taką kontynuujemy do 20 sierpnia, kiedy to obcinamy również i wierzchołek, wskutek czego prowadzenie jest skończone.

Tym sposobem prowadzone pomidory wykształcają najpiękniejsze owoce i dojrzewają najwcześniej. Wprawdzie ilość owoców jest nieco mniejsza ale wynagradza ją piękność i wczesność owoców.

Pomidory mażna uprawiać jako międzyplon a raczej poplon, sądząc je między wczesnymi warzywami n. p. sałatą, cebulą dymką, kalarepką i t. p.

Jeżeli się ma do dyspozycji parkan, murek, ścianę i t. p., to można na nich rozpinać pomidory na specjalnie przygotowanych rusztowaniach.

Wczesne pomidory zaczynają owocować na gruncie już w ciągu lipca, jednak główne plonowanie przypada na sierpień i trwa aż do pierwszych przymrozków.

Obcinanie liści nie prowadzi zasadniczo do przyspieszenia dojrzewania owoców, a wpływa zdecydowanie

ujemnie na ilość i jakość owoców. Owoce wyrośnięte mogą dojrzewać w miejscach ciepłych, nie koniecznie na słońcu. Pomidory trzymane chłodno wprawdzie w dużym procencie gniją, ale mogą w stanie świeżym dotrwać aż do grudnia.

Pomidory ulegają łatwo krzyżowaniu i dlatego lepiej jest kupować nasiona w pierwszorzędnych firmach, niż samemu je produkować. Nasiona pomidorów zachowują siłę kiełkowania przez parę lat.

Z powodu łatwości krzyżowania się pomidorów istnieje dużo odmian, odznaczających się wielką rozmaitością kształtu i barwy owoców. Handlowe odmiany pomidorów powinny mieć owoce okrągłe, gładkie, średniej wielkości o charakterystycznym dla pomidorów zabarwieniu. Pomidory o zabarwieniu żółtym, fioletowym, o kształtach śliwkowych, wiśniowych a nawet porzeczkowych mają raczej znaczenie dekoracyjne.

Dla orientacji przytoczymy kilka powszechnie hodowanych odmian pomidorów odznaczających się pewnymi zaletami wraz z ich cechami charakterystycznymi.

Król wczesnych — wzrost średni, owoce okrągłe, gładkie. Przeciętna waga owoców z jednej rośliny ponad 2 kg, ładne owoce tej odmiany dochodzą do 0·15 kg wagi. Stara a niezastąpiona odmiana wczesna.

Lukullus — wzrost bardzo silny, owoc okrągły, średniej wielkości, szkarłatnoczerwony, mięsisty przeciętnia waga owoców z jednej rośliny ponad 3 kg. Ilość zepsutych owoców tej odmiany minimalna, nawet w ciągu niesprzyjającego lata.

Optimus — wzrost bardzo silny, owoc spłaszczony, średniej wielkości. Ponad 4 kg z jednej rośliny.

Excelsior — wzrost bardzo silny, owoc o dużej zawartości miąższu a małych komorach nasiennych. Około 4 kg owoców z rośliny, największe owoce ze znanych odmian, ładne owoce tej odmiany przekraczają $^1/_2$ kg wagi. Owoc nadający się szczególnie na sałaty.

Kondine Red. — odmiana plenna, dosyć wczesna, wzrost średni, owoce duże, gładkie, barwy lśniącoczerwonej. Waga owoców z jednej rośliny 4 kg, przeciętny ciężar dojrzałego owocu 63 gr. Powszechnie hodowana odmiana.

Best of All — odmiana bardzo plenna, wzrost średni, owoce gładkie, okrągłe, o żywym zabarwieniu. Waga owoców z jednej rośliny 4 kg, przeciętny ciężar owocu 72 gr.

Alice Roosevelt — wzrost średni, odmiana wczesna, owoc duży, kulisty, gładki barwy ciemnoszkarłatnej. Waga owoców z rośliny 3 kg, ładne owoce dochodzą do wagi $^1/_4$ kg.

Magrlob — wzrost bardzo silny, owoc pęka i gnije, jednak duża zawartość miąższu czyni tę odmianę niezastąpioną, przede wszystkim na sałaty. Odmiana pochodzenia amerykańskiego, w naszych warunkach 2 kg owoców z rośliny, jeden owoc ponad $^1/_4$ kg.

Oprócz wyżej wymienionych odmian istnieje cały szereg innych mniej lub więcej wartościowych. Pojawiły się też odmiany produkcji naszych firm ogrodniczych, jak Cud Poznania, Cud Wisły, Frekullus i t. p.

Ostatnio lansowane „Pomidory cukrowe" mają się odznaczać dużą zawartością cukru i mają być znakomitym owocem jadalnym na surowo. Gdyby wyniki uprawy tego pomidora okazały się zgodne z reklamą, to spożycie tego tak bardzo popularnego a wartościowego owocu jeszczeby wzrosło.

Plenność u pomidorów jest zmienna, a zależna od przebiegu warunków klimatycznych danego roku; dlatego też i dane dotyczące poszczególnych odmian a oparte na doświadczeniach robionych w naszym kraju mogą być

wskazówką w ocenianiu wartości poszczególnych odmian a nie normą, od której nie ma odstępstwa.

Pomidory zapadają na chorobę zwaną zarazą ziemniaczaną, które w latach mokrych i zimnych może zniszczyć całą kulturę pomidorow. Radykalnym środkiem na tę chorobę jest zraszanie 1% cieczą bordoską składającą się z 1 kg siarczanu miedzi i 1 kg świeżo gaszonego wapna rozpuszczonych w 100 l. wody. Zabieg ten należałoby powtórzyć trzy razy a to z początkiem czerwca, lipca i sierpnia. Inne choroby jak Septoria lycopersici i bakterioza nie mają większego znaczenia dla ogrodnictwa działkowego.

Prof. Rokita Stanisław.

Nawożenie warzyw.

(Dokończenie

Z uwagi na to, że Działkowcy rozporządzają niewielkim ogródkiem (od 300 m^2 do 400 m^2) **podane niżej ilości nawozów sztucznych**, **odnosić się będą do przestrzeni 100 m^2** czyli 1 ara.

Rośliny kapustne, a więc kapustę białą, czerwoną, włoską i brukselkę oraz kalafiory **uprawia się na oborniku przykopanym jeszcze w jesieni,** a ponadto stosujemy pod te rośliny nawozy sztuczne celem zaspokojenia ich wielkich wymagań pokarmowych.

Kapusta głowiasta biała, czerwona, włoska i brukselka powinna otrzymać prócz obornika na kilka dni (3—5) przed sadzeniem rozsady następujące ilości nawozów:

supertomasyny 1½ kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „

zaś tuż przed sadzeniem: saletrzaku 2 kg na ar. Gdy główki zaczynają się zwijać, należy dodatkowo zasilić kapustę saletrą wapniową w ilości 1 kg na ar, podsypując obok roślin — lecz nie na liście.

Kalafior ma specjalnie duże wymagania nawozowe, jeszcze większe niż kapusta.

Przy uprawie na oborniku powinien otrzymać jeszcze na kilka dni przed sadzeniem

supertomasyny 2 kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „

a bezpośrednio przed sadzeniem saletrzaku 2 kg. Gdy kalafiory zaczynają tworzyć róże, powinny otrzymać dawkę saletry wapn. w ilości 1 kg na ar.

O ileby kapusta lub kalafiory uprawiane były na grzędach nie nawiezionych obornikiem, należałoby zdwoić podane wyżej ilości nawozów sztucznych.

Kalarepę uprawia się zwykle w drugim roku po nawozie, by w środku nietworzyła (zwłaszcza późna) miejsc pustych często gnijących. Na kilka dni przed sadzeniem należy wysiać:

supertomasyny 2 kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „

a tuż przed sadzeniem saletrzaku 2½ kg na ar, zaś w 2—3 tygodni podsypać 1 kg saletry wapniowej.

Ogórki dynia i pomidory mają te same wymagania nawozowe i winny być bezwarunkowo uprawiane na grzędzie silnie w jesieni obornikiem nawiezionej, a nadto ze względu, że są to rośliny bardzo „żarłoczne", otrzymać muszą na kilka dni przed siewem (sadzeniem):

azotniaku — 2 kg na ar
supertomasyny — 3 „ „ „
soli potasowej — 3 „ „ „

Po rozwinięciu się kilku listków u ogórków podsypać 1 kg saletrzaku na ar.

Selery wysadzamy na grzędę **w jesieni** silnie obornikiem znawiezionej, a na kilka tygodni przed sadzeniem dajemy:

supertomasyny 2 kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „
zaś tuż przed sadzeniem:
saletrzaku 2 kg na ar

Ziemniaki wczesne bywają uprawiane z reguły na oborniku jesiennym, wdzięczne są jednak za dodatkowe nawożenie sztuczne, gdyż dają wówczas wcześniejsze i dosadniejsze plony. Powinny otrzymać na kilka dni przed sadzeniem:

supertomasyny 1½ kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „
a tuż przed sadzeniem: 2 kg saletrzaku na ar.

Po zbiorze ziemniaków wczesnych sieje się zwykle **szpinak**, wzmacniając pod niego ziemię na kilka dni przed siewem:

supertomasyny 2 kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „
saletrzaku 2½ „ „ „
tuż przed siewem.

Zimujący na grzędzie szpinak posypujemy wczesną wiosną saletrą wapniową w ilości 1 kg na ar.

Kukurudzę jadalną, wymagającą oprócz stanowiska ciepłego — silnie wynawożonej ziemi, zasilamy na kilka dni przed siewem nawozami pomocniczymi, a to:

supertomasyny 1½ kg na ar
soli potasowej 1½ „ „ „
a tuż przed siewem 1 „ „ „
saletrzaku. W 3—4 tygodnie po wzejściu posypać 1 kg saletry wapniowej na 1 ar.

W drugim roku po oborniku uprawia się: buraki ćwikłowe, marchew, pietruszkę, rzodkiewkę, cebulę, czosnek i pory.

Burak ćwikłowy winien otrzymać na kilka dni przed siewem:

supertomasyny 3 kg na ar
soli potasowej 4 „ „ „
a tuż przed siewem:
saletrzaku 2 „ „ „
po przerywce wzmacniamy go, podsypując: saletry wapniowej 1 kg na ar.

Marchew i pietruszka wymagają do dobrego plonu:

supertomasyny 2 kg na ar
soli potasowej 4 „ „ „
a tuż przed siewem:
saletrzaku 2 „ „ „

Rzodkiewka i sałata mają krótki okres wegetacyjny, przeto uprawia się je na ziemi zasobnej w pokarmy, pulchnej, dostatecznie wilgotnej i zasila na kilka dni przed siewem:

supertomasyny 2½ kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „
oraz posypuje po roślinkach:
saletrą wapniową w ilości 1 kg na ar.

Rzodkiew uprawiamy i nawozimy, jak rzodkiewkę.

Cebula wymaga dużo przyswajalnych pokarmów w glebie, uprawiana jednak bywa w drugim roku po nawozie, bowiem wówczas lepiej się przechowuje. Powinna jednak otrzymać nawożenie pomocnicze, które stosuje się kilka dni przed siewem lub sadzeniem (dymka, piórka) w następ. ilościach:

supertomasyny 3 kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „
następn e saletrzaku 2 „ „ „
w 2 dawkach, pierwszą bezpośrednio przed siewem lub sadzeniem, drugą w 4 tygodnie po wzejściu lub przyjęciu się rozsady.

Czosnek traktujemy tak, jak cebulę.

W trzecim roku po nawozie uprawiamy rośliny strączkowe: groch, bób i fasolę.

Groch otrzymać winien na kilka dni przed siewem nawóz pomocniczy w następujących ilościach:

supertomasyny 3 kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „
oraz w tydzień po wzejściu, a następnie w 3 tygodnie później otrzymać winien każdorazowo dawkę saletry wapniowej w ilości 1/2 kg na ar, a jeśli jest uprawiany na strączki (na zielono) dać saletry wap. po 1 kg

Fasola ma wymagania podobne jak groch. Przed siewem należy dać:

supertomasyny 3 kg na ar
soli potasowej 4 „ „ „
saletry wapniowej 1 „ „ „

w 2 dawkach co 2 tygodnie, sypiąc pierwszą dawkę w tydzień po wzejściu ziarn. Przy uprawie fasoli do zbioru strączków „na zielono” — należy ponadto tuż przed siewem zasilić ziemię 1 kg saletrzaku na ar.

Bób wymaga silnego wynawożenia ziemi fosforowo-potasowego a także nieco azotowego. Należy więc dać na kilka dni przed siewem:

supertomasyny 2 kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „ oraz
saletry wapniowej 1 „ „ „ w 2 dawkach: jedną tuż przed wysiewem, drugą w 3 tygodnie później. Bób siany na oborniku wymaga dawek nawozowych o połowę mniejszych.

Do grupy roślin pozostających na gruncie przez lat kilka (3—8) należą: truskawki, rabarbar, szparagi i chrzan. Uprawiane są one zazwyczaj poza nomalnym płodozmianem a wymagają wielkiej siły nawozowej ziemi.

Truskawki sadzi się na obfitej ilości obornika, danego n. p. pod ziemniaki wczesne, prócz tego należy zastosować następujące ilości nawozów pomocniczych:

supertomasyny $2^1/_2$ kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „

a tuż przed sadzeniem saletrzaku 1 kg na ar. Corocznie wczesną wiosną zasilić należy truskawki nawozami sztucznymi w podanych wyżej ilościach, nadto tuż przed kwitnieniem podsypać $^1/_2$ kg saletry wapniowej, a drugie $^1/_2$ kg po zbiorze owoców.

Rabarbar uprawiany bywa w pierwszym roku po oborniku zastosowanym w obfitej mierze, przykopanym na jesieni, a że jest rośliną bardzo żarłoczną, wymaga jeszcze przed sadzeniem obfitej dawki nawozów pomocniczych, jak:

supertomasyny 3 kg na ar
soli potasowej 2 „ „ „
saletry wapniowej 1 „ „ „

Prócz tego po zbiorze należy dać saletry wapniowej w ilosci 1 kg na ar. Ponieważ rabarbar trwa na jednym miejscu do lat ośmiu, stosować wszystkie nawozy corocznie, jak podano wyżej.

Szparagi, rzadko uprawiane na ogrodzie działkowym, wymagają wielkiej azotowej siły nawozowej ziemi, przeto dla pobudzenia roślin do wytworzenia grubych, mocnych pędów powinny otrzymać wczesną wiosną dawkę saletry wapniowej w ilości 1 kg na ar, a po zbiorze i rozrzuceniu kopców:

supertomasyny 3 kg na ar
soli potasowej 4 „ „ „

a w parę dni później

saletrzaku 3 „ „ „

Co trzy lata należy przykryć plantację szparagów na zimę obornikiem.

Chrzan potrzebuje stale dużo pokarmów w glebie. Ponieważ jednak sadzony bezpośrednio na oborniku dostaje rdzawych plam, lepiej uprawiać go w drugim roku po nawozie, dając na kilka dni przed sadzeniem:

azotniaku 3 kg na ar
supertomasyny 4 „ „ „
soli potasowej 4 „ „ „

W dalszych latach winien chrzan otrzymać wczesną wiosną:

supertomasyny 2 kg na ar
soli potasowej 3 „ „ „

oraz w czasie wzrostu od połowy kwietnia począwszy, 3 dawki saletry wapniowej w odstępach 3-tygodniowych, każdorazowo po $^1/_2$ kg.

Zebrał z ulotki Z. F. Zw. R.

Fr. Cieślik.

Zabezpieczenie warzyw

od uszkodzenia mrozem wiosennym.

Przymrozki majowe uniemożliwiają wcześniejsze wysadzanie do gruntu warzyw, mających dla nas duże znaczenie jak np. pomidory, ogórki i in. Można jednak przy odpowiednich staraniach zabezpieczyć te rośliny od mrozu przez przykrycie ich kloszami szklanymi lub kołpakami papierowymi, starania te nie będą zbyt ucią-

żliwe dla działkowca mającego stosunkowo niewielką ilość roślin do zabezpieczenia, a pozwolą przez wcześniejsze wysianie czy wysadzenie warzyw do gruntu, na przyspieszenie plonowania. Klosze szklane, używane do tego celu we Francji mają kształt dzwonów o wymiarach 60 cm. średnicy u dołu i 50 cm. wysokości. Przypuszczam, że działkowcy hutnicy w porozumieniu z zarządem Fabryk szkła (swych warsztatów pracy) mogliby dla siebie po niskiej cenie klosze takie wyprodukować. Działkowcy zaś którzy tych możliwości nie posiadają mogą używać do tego celu kołpaków papierowych, które też trochę światła przepuszczają, a w każdym razie można ich użyć na noc gdy się spodziewamy przymrozku. Przy tych staraniach możemy wysadzać pomidory, ogórki i ewent. melony (z rozsady) już w końcu kwietnia do gruntu, a więc około 2 tygodnie wcześniej niż normalnie.



Zamieszczona fotografia, zaczerpnięta z pracy przedwcześnie zmarłego uczonego Prof. Dr. F. Kotowskiego, przedstawia pole pomidorów w Stanach Zjednoczonych A. P. przykrytych kołpakami z papieru w celu zabezpieczenia od przymrozków.

B. S.

Kotlety ze szpinaku.

Szpinak obrany sparzyć wrzącą wodą, przecedzić. posiekać, bułkę pokrajać w drobną kostkę przysuszyć. Podczas suszenia skrapiać masłem. Następnie dać bułkę pokrajaną i wysuszoną do posiekanego szpinaku, wbić jaja wymieszać dobrze i robić kotlety obsypując bułką tartą. Smażyć na maśle.

Proporcja:

$^1/_2$ funta szpinaku (25 dkg),
1 bułka duża warszawska,
2—3 jaja surowe,
Masło w dowolnej ilości.

A. Dańkowa.

Drukarnia Bratniej Pomocy Medyków U. J. w Krakowie.